

**УТВЕРЖДАЮ**  
 И.о.заведующего МБДОУ детский сад  
 «Золотая рыбка»  
 Ж.В.Гвоздюк  
 10.11.2022г.



**Ежедневное меню основного питания  
 МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
 на 11 ноября 2022 года**

**Возрастная категория: 1 года 6 месяцев – 3х лет**  
**Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов**

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша манная молочная	180	229,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	180	112,6
<b>Итого на завтрак</b>			<b>425,54</b>
обед	Суп с морской капустой	180	160,41
	Голубцы ленивые с мясом	160	220,61
	Салат из свеклы	40	61,5
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Напиток фруктовый	180	116,50
<b>Итого за обед</b>			<b>604,22</b>
полдник	Вафли	12	110,2
	Чай с молоком	170	116,5
<b>Итого за полдник</b>			<b>226,7</b>
ужин	Омлет натуральный с овощами	150	295,56
	Чай с лимоном. Хлеб	178/25	116,50/45,2
	Яблоко	100	49
<b>Итого за ужин</b>			<b>506,26</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>1625,64</b>

**УТВЕРЖДАЮ**  
И.о.заведующего МБДОУ детский сад  
МБДОУ «Золотая рыбка»  
детский сад Ж.В.Т. Воздюк  
10.11.2022г.



**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 11 ноября 2022 года**

**Возрастная категория: от 3х – 7 лет**

**Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов**

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша манная молочная	200	239,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	200	116,6
<b>Итого на завтрак</b>			<b>429,34</b>
обед	Суп с морской капустой	200	189,25
	Голубцы ленивые с мясом	180	231,85
	Салат из свеклы	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Напиток фруктовый	200	116,5
<b>Итого за обед</b>			<b>659,65</b>
полдник	Вафли	20	150,10
	Чай с молоком	170	116,5
<b>Итого за полдник</b>			<b>206,2</b>
ужин	Омлет натуральный с овощами	180	299,9
	Чай с лимоном. Хлеб	200/25	116,5/45,2
	Яблоко	100	49
<b>Итого за ужин</b>			<b>510,60</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>1729,19</b>